



LÉČIVÉ POTRAVINY 30. 08. 2017

Hlíva ústříčná

Příznivé účinky hlívy ústříčné si můžeme rozdělit do tří skupin: Prevence proti rakovině Nejdůležitější látkou v hlívě ústříčné je beta 1,3 d...

Léčivé účinky hlívy ústříčné

Příznivé účinky **hlívy ústříčné** si můžeme rozdělit do tří skupin:

- **Prevence proti rakovině**

Nejdůležitější látkou v **hlívě ústříčné** je beta 1,3 d-glukan. Právě díky němu je hlíva tak vyhledávanou surovinou v léčitelství. Mnoho studií potvrdilo, že beta 1,3 d-glukan má **prokazatelně protirakovinné účinky**. Doporučují ji nejenom bylinkáři, ale i zkušení lékaři. Je vhodná jako prevence proti rakovině, při její léčbě i po ní, jako rekonvalescenční prostředek.

- **Ochrana a posílení imunitního systému**

Hlíva ústříčná má také blahodárné účinky na náš **imunitní systém**. Díky výše zmíněným minerálům a vitamínům přispívá k detoxikaci střev, pomáhá vybudovat ochranný štít, který nás chrání jak před vnějšími hrozbami v podobě virů či bakterií, tak před vnitřními degenerativními procesy uvnitř našeho těla. Užívá se jako prevence proti **chřipce či angíně**, pomáhá při astmatu, alergiích, ekzémech, mykotických onemocněních, zánětech, revmatu, cukrovce a v mnohém dalším.

- **Vhodná pro diabetiky**

Hlíva ústříčná snižuje hladinu cukru v krvi, hladinu cholesterolu a také vysoký tlak. Blahodárně působí také na **průchodnost cév** a chrání tak naše srdce.

Pokud nemáte čas nebo chuť jít do lesa, zajděte do lékárny. Na trhu je spousta přípravků obsahující hlívu ústříčnou v podobě pilulek, mastí či jiných výrobků.

Kdy hlíva ústříčná škodí?

Hlíva ústříčná má schopnost vázat na sebe škodlivé toxiny ze svého okolí, nedoporučuje se ji proto sbírat kolem silnic a ve znečištěném prostředí.

Víte, že...

...hlíva ústříčná je masožravá? Pokud při svém růstu narazí na červy z rodu hlístic, ochromí je toxinem a zadrží je svými vlákny, která do červů prorostou během několika hodin. Z červů následně čerpá dusík, který potřebuje k tvoření bílkovin.